# ***Primo Piano -*** *Studio: gli anziani invecchiano meglio, i 70 anni sono i nuovi 60*

**Roma** - 19 dic 2024 (Prima Notizia 24) **I risultati dell'English Longitudinal Study of Aging (Elsa).**

Gli anziani di oggi hanno un invecchiamento migliore rispetto a quello dei loro genitori e nonni, tanto che si può dire che i 70 anni sono i nuovi 60, grazie ai miglioramenti registrati nel XX secolo in termini di condizioni alimentari, educative e igienico-sanitarie, che hanno messo un freno al decadimento psico-fisico dovuto all'avanzare dell'età. Tuttavia, è possibile che altri fattori, come ad esempio l'obesità, possano invertire questo trend in futuro. E' quanto emerge da uno studio sulla popolazione inglese, l'English Longitudinal Study of Aging (Elsa), i cui dati sono stati pubblicati sulla rivista Nature Aging da un gruppo di ricerca internazionale diretto dalla Columbia University. I ricercatori precisano che il rallentamento dell'invecchiamento è documentato in Inghilterra, mentre per altri Paesi, come ad esempio gli Stati Uniti, potrebbe non valere. Nel contempo, però, gli esperti dicono che uno studio simile sulla popolazione cinese ha fatto emergere indizi su un miglioramento dell'invecchiamento, anche se i dati disponibili riguardano un arco temporale più stretto. La novità dell'approccio preso dai ricercatori sta nella valutazione della salute degli anziani non considerando solo se siano malati o meno, ma anche il mantenimento delle capacità cognitive, motorie, psicologiche e sensoriali. I dati evidenziano "grandi miglioramenti" rispetto al passato, fa notare il primo autore dello studio, John Beard. Per esempio: un 68enne nato nel 1950 ha capacità simili a quella di un 62enne nato dieci anni prima, e i nati nel 1940 hanno mostrato condizioni migliori rispetto a coloro che sono nati nel 1930 o nel 1920. "Siamo rimasti sorpresi da quanto fossero grandi questi miglioramenti, in particolare confrontando le persone nate dopo la Seconda guerra mondiale con i gruppi nati prima", prosegue Beard. "Ma non c'è nulla che dica che continueremo a vedere gli stessi miglioramenti in futuro: cambiamenti come la crescente prevalenza dell'obesità potrebbero persino far invertire questa tendenza. È anche probabile che i gruppi più abbienti abbiano sperimentato maggiori benefici rispetto ad altri. Ma nel complesso, i trend sono ben delineati e suggeriscono che, per molte persone, i 70 anni potrebbero davvero essere i nuovi 60", conclude.

*(Prima Notizia 24) Giovedì 19 Dicembre 2024*

Verbalia Comunicazione S.r.l. Società Editrice di PRIMA NOTIZIA 24
Registrazione Tribunale di Roma 06/2006 - P.I. 09476541009
Iscrizione Registro degli Operatori di Comunicazione n. 21446

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
Redazione Tel. 06-45200399 r.a. - Fax 06-23310577
E-mail: redazione@primanotizia24.it